

تسوس الأسنان عند الأطفال الصغار

تسوس الأسنان عند الأطفال الصغار مرض أسنان خطير يمكن أن يحدث بمجرد بزوغ أول سن من اللثة. يظهر التسوس في البداية كعلامات أو خطوط بيضاء تكبر تدريجياً ثم يتحول لونها إلى الأصفر أو البني. وقد تصل حالة التسوس إلى درجة غالباً ما تتطلب دخول المستشفى وعلاج الأسنان تحت مخدر عام.

ما الذي يسبب تسوس الأسنان عند الأطفال الصغار؟

- 'المصّ المريح' لنفس الطفل لقنينة إرضاع تحتوي شيئاً حلو الطعم. على سبيل المثال:
- وضع طفلك في السرير للنوم مع قنينة إرضاع تحتوي شيئاً حلو المذاق كالعصير أو الحليب العادي أو الإصطناعي. أو مشروب غازي أو مشروب بنكهة الفاكهة؛
- السماح لطفلك بمص قنينة إرضاع تحتوي على شيء حلو المذاق لفترة طويلة.
- تناول الكثير من المأكولات السكرية والدبقة كالمعلل والبسكوت والكاتو والشوكولاتة وأصابع الميوزلي والبوظة (الآيس كريم). هذه المأكولات 'ظرفية' وينبغي أن لا تعطى للطفل إلا في المناسبات الخاصة كحفلات أعياد الميلاد. إذ أن أية مأكولات تلتصق بالأسنان تزيد من خطر تسوس الأسنان.
- عدم تنظيف الأسنان بمعجون أسنان يحتوي على فلوريد كل يوم. متى بلغ الطفل 18 شهراً من العمر.

كيف يمكنك منع تسوس الأسنان؟

- أرضعي طفلك من الثدي وحدّي من إرضاع الطفل عند الطلب خلال الليل بعد سنّ 6 أشهر.
- ضعي طفلك في سريره للنوم بدون قنينة.
- ضعي فقط حليباً من الثدي أو حليباً إصطناعياً في قناني الرضاعة وخذي القنينة من طفلك متى انتهى من وجبته.
- عوّدي طفلك على استخدام فرشاة الأسنان متى بزغت سنه الأولى.
- ساعدي طفلك على تنظيف أسنانه لحين بلوغه عمر 8 سنوات.
- إبدأي بتعويده على استخدام الكوب من سنّ 6 أشهر.
- افطمي الطفل عن القنينة عند بلوغه حوالي 12 شهراً.
- قدمي له مأكولات ووجبات خفيفة صحية (واجعليها مأكولات 'يومية').
- حدّي من المأكولات والوجبات الخفيفة الحلوة المذاق والسكرية (واجعليها مأكولات 'ظرفية').

نشرة معلومات عن الأسنان

Arabic / Tooth Decay in Young Children / April 2011

- شجعي شرب الماء بين الوجبات. مياه الحنفيات في أستراليا مأمونة. وهي تحتوي على الفلوريد الذي يساعد في حماية الأسنان.
- ارفعي شفة الطفل لتفحص وجود تسوس أسنان.
- خذي الطفل إلى طبيب أسنان عند بلوغه سن الثانية من العمر.

خدمات الترجمة

إذا احتجت لمساعدة مترجم في الاتصال بالخدمات المذكورة أعلاه أو في الترجمة، فيُرجى الاتصال بخدمة الترجمة الخطية والشفهية (TIS) على الرقم 13 14 50.

للحصول على معلومات عن الصحة بلغات متعددة يرجى تفقّد الموقع الإلكتروني www.mhcs.health.nsw.gov.au